

# AQUAVENA

---

## AQUA' BOWL

Une nourriture saine, light et bonne pour la santé

Nos conseils pour une journée type en vue d'une perte de poids en douceur :

### Petit-déjeuner :

- 1 boisson chaude sans sucre (thé, café ou tisane)
- Environ 50 gr de pain avec miel ou confiture
- 1 fruit ou 1 compote ou 1 verre de jus de fruit 100% pur jus
- Facultatif : 1 yaourt nature ou 1 portion de fromage ou de lait ½ écrémé

### Collation du matin :

- 1 Boule énergétique

### Midi :

- 1 plat midi (Formule Aqua'Bowl)

### Collation de l'après-midi :

- 1 Smoothie ou 1 fruit ou 1 compote

### Soir :

- 1 Buddha Bowl

Tous nos menus sont supervisés par notre diététicienne nutritionniste

**Mélanie Garcia.**

AQUA'VENA, SARL au capital de 1.000.000 XPF, inscrite au RCS de Nouméa sous le n° 996538

Siège Social : 13 rue de Charleroi - BP 18616 98857 NOUMEA CEDEX

BNC 14889 00040 08500323905 15 | SGCB 18319 06711 86039132000 57

23.65.95 | [www.aquavena.nc](http://www.aquavena.nc)